

La Música en la mediación de los procesos cognitivos del adulto mayor

Music as mediation of the cognitive processes of the elderly

Recibido: 8 de junio de 2022

Aprobado: 19 de noviembre de 2022

Forma de citar: P. Casas-Fernández, M. F. Escobar, “La Música en la mediación de los procesos cognitivos del adulto mayor ”; Mundo Fesc, vol. 13, no. S1, pp. 237-257, 2023. <https://doi.org/10.61799/2216-0388.1498>

Patricia Casas-Fernández* 

Doctor en Ciencias de la Educación
pcasas@uis.edu.co
Universidad Industrial de Santander
Bucaramanga, Colombia

Mery Faviola Escobar 

Doctor en Ciencias de la Educación
faviola.escobar@upel.edu.ve
Universidad Pedagógica Experimental Libertador
San Cristóbal, Venezuela

***Autor para correspondencia:**

pcasas@uis.edu.co



La Música en la mediación de los procesos cognitivos del adulto mayor

Resumen

Este estudio indaga el estado del objeto de conocimiento a partir de los resultados obtenidos en estudios recientes, tales como la aplicación de técnicas músico-terapéuticas y los diseños de estrategias de intervención, enfocadas en el estímulo y potenciación de las capacidades residuales del paciente con Alzheimer, lo cual ayuda a reducir los síntomas de manera significativa, durante y después de la terapia. Otro estudio permitió conocer el impacto que tiene la aplicación de un programa de intervención sobre las áreas cognitiva, afectiva y de independencia, reveló que la capacidad de independencia es proporcional al grado de funcionalidad física y neuropsicológica de los adultos mayores. En un estudio de intervención comunitaria cuasi experimental, prospectivo y longitudinal, cuyo objetivo era mejorar la coordinación, la funcionalidad, la movilidad, el equilibrio y en general la psicomotricidad del anciano mediante un programa de intervención que utiliza la musicoterapia; el estudio concluye que hay mejoramiento de la autoestima, la autopercepción y el sentimiento de pertenencia al grupo de iguales y que hay disminución de la sensación de rechazo. Estos estudios aportaron al objetivo de esta investigación, el cuál fue generar una aproximación teórica de la música como estrategia para la mediación de los procesos cognitivos del adulto mayor. En todo campo, la música puede producir cambios en el ser humano, se puede afirmar que allí reside el valor terapéutico de la música y que los principales efectos sobre la persona se centran en tres áreas fundamentales: la fisiológica, psicológica e intelectual, cuando se las integra y trabaja desde estas ópticas, se puede hablar de un gran efecto social. Este estudio es un aporte significativo para la atención del adulto mayor, particularmente para docentes y terapeutas del centro de atención al adulto mayor, escenario de esta investigación.

Palabras clave: Adulto Mayor, Etnometodología, Mediación, Música, Procesos Cognitivos.

Music as mediation of the cognitive processes of the elderly

Keywords: The Elderly, Ethnomethodology, Mediation, Music, Cognitive Processes.

Abstract

This study examines the state of a knowledge corpus and its results gathered in recent studies as for the application of music-therapeutic techniques and the designing of intervention strategies focused on the stimulus and empowerment of the residual capabilities of the patient with Alzheimer. This approach helps to reduce the symptoms significantly either during or after the therapy. A different study allows to recognize the impact that the application of an intervention program has on the cognitive, affective and independence areas. This study revealed that the independence capability is proportional to the degree of the physical and the neuropsychological functionality of the elderly. Additionally, a conclusion drawn from a quasi-experimental, prospective and longitudinal community intervention study, having as main objective to improve the coordination, the functionality, the mobility, the balance and in general, the psychomotricity of the elderly, by means of an intervention program utilizing music-therapy, showed that there exists improvement in self-esteem, self-perception and sense of belonging among the individuals, exposing a considerably decrease in the feeling of rejection. These previous studies provided the main objective of this research which is to generate a theoretical approach intended to use music as a strategy for mediating the elderly cognitive processes. It has been found that music may produce changes in human-beings. This applies to the therapeutic value of music since its principal effects on the individual focus on three relevant areas: the physiological, the psychological and the intellectual area. When these three areas are integrated and worked as a whole, it can be proven as an enormous social effect. Thus, these findings analyses show a significant contribution to the assistance of the elderly, particularly addressed to educators and therapists of centers or institutions for the elderly which represent the settings of this study.

Introducción

El hombre, desde que nace, es por naturaleza un ser que necesita comunicarse y expresarse para relacionarse con los demás, con esta intención hace uso de distintos lenguajes y estrategias a lo largo de su existencia. En su proceso de maduración, desde su concepción hasta la senectud, experimenta hitos fundamentales en cada una de sus etapas, con características únicas, respecto a las áreas del desarrollo, que obedecen a parámetros genéticos, pero de manera muy particular a la cultura en la que se crece y a la generación a la que se pertenece.

La historia ha dado cuenta de la evolución que ha vivido el ser humano, el cual en su esencia ha sido sujeto-objeto de conocimiento de todas las ciencias. Específicamente, la psicología se ha encargado de estudiar el desarrollo de aspectos que se van transformando con el devenir de la vida y de todo lo que de ella se recibe y se hace. En las últimas cuatro décadas, con el aumento del promedio de vida y las mejoras de la calidad de vida, se amplían los límites de la psicología para abarcar toda la vida humana, desde la concepción hasta la muerte. Hay claras evidencias de que la evolución psicológica del hombre durante la edad adulta sufre cambios y se suscitan hechos muy importantes relacionados con la estabilidad emocional, familiar y económica y con el logro de metas.

Hay características comunes en la conducta de los individuos durante la edad adulta, pero que en la vejez son menos obvias; esto sucede, por ejemplo, con el aumento gradual de los procesos cognitivos, como lo afirman [1], "la similitud en la conducta individual y los factores biológicos y sociales comunes vuelven a ser determinantes de la conducta individual". El paso del tiempo se convierte en factor fundamental de la disminución de los procesos cognitivos y es necesario mantener el cerebro activo para incorporar nuevos aprendizajes y desafíos.

Los adultos mayores (AM) conforman una población que demográficamente se cataloga en alto crecimiento, pues sus expectativas de vida han ido aumentando; aunado a ello, son un grupo etario que, a pesar de estar en el rango de la tercera edad, contribuye al desarrollo de la sociedad en distintas áreas del quehacer humano. Por eso en los países desarrollados se ofrecen apoyos dirigidos a su bienestar. En Latinoamérica las realidades son distintas, no obstante, aun cuando el Estado colombiano se ha interesado por la protección de este grupo y ha creado centros de atención a los cuales asisten los AM para realizar actividades tanto recreativas como de terapia, esto no es suficiente; el AM requiere de una atención integral sin soslayar sus procesos cognitivos.

En Colombia las políticas para la atención del adulto mayor establecidas en las normas son tímidas respecto a su operatividad. Es preciso hacer aportaciones teóricas para desarrollar una práctica científica y apoyar tales políticas en los contextos más necesitados. Las intervenciones proyectadas hacia la atención se han quedado en

actividades enfocadas sobre todo en lo físico y lo médico; por tanto, es necesario apoyar o incluso implementar proyectos que activen los procesos cognitivos en esta población y prevengan su deterioro, y esto demanda atención permanente, amerita un apoyo social.

El propósito de la presente investigación se orienta a producir una aproximación teórica acerca de la música en la mediación de los procesos cognitivos del AM. Se parte de la idea de que la música es una de las artes más importantes para la expresión de ideas, sentimientos y acciones; es una estrategia de permanente acompañamiento en todas las etapas de la vida del hombre, en su cotidianidad y en su relación con el entorno; es un tipo de lenguaje orientado a la comunicación; pero también es un instrumento que ha sido usado en los procesos educativos para mediar procesos afectivos y cognitivos. Las pocas modalidades de atención al AM esquivan en su mayoría este tipo de actividades, y ello revela un vacío social que es necesario abordar y empezar a solucionar, con el fin de mejorar el bienestar integral de esta población. Desde el punto de vista práctico, la aproximación teórica, producto de esta investigación, da lugar a futuras acciones fundamentadas científicamente para promover y mediar los procesos cognitivos del AM a través de la música como recurso para trabajar las inteligencias y favorecer el aprendizaje y su disfrute.

Adentrarse en el estudio y acercamiento del adulto mayor y, de manera más específica, en sus procesos cognitivos, implica detenerse a reflexionar en aquellas teorías que marcan el camino hacia el conocimiento de estos aspectos. Por ello es importante tomar en cuenta teorías del desarrollo del adulto mayor que abren las miradas y aportan a la construcción de esta aproximación investigativa en el campo teórico. El norteamericano [2] que vivió entre 1948 y 1972, profesor, físico, educador y experto en envejecimiento, autor de la teoría del desarrollo o del ciclo vital, fue pionero de la gerontología social y en su trabajo fundamenta la teoría del desarrollo humano a partir de seis etapas: 1, la infancia y la primera infancia; 2, la niñez media; 3, la adolescencia; 4, edad adulta temprana; 5, la edad media; y 6, la madurez. Plantea que el inicio del ciclo vital parte del juego en la edad más temprana, hasta llegar a la edad adulta, cuando existen metas individuales de acuerdo con los contextos y la personalidad. Esto viene refrendado por [3] quien apunta que “en la adultez se presenta el envejecimiento y la proximidad del fallecimiento; el cuerpo se deteriora y poco a poco hay pérdidas, por ello es la etapa de la adaptación y compensación, del acercamiento a familiares o seres queridos”.

Por su parte, [4] relaciona el desarrollo del adulto mayor al entorno del individuo y no a su edad biológica. Para el autor el desarrollo en la edad adulta se ve marcado por acontecimientos típicos: jubilación, enfermedades crónicas, nuevos roles (abuelos), pérdidas familiares o proximidad de la muerte. Establece cuatro etapas para la adultez y tres para la senectud, y al explicar los retos especiales de la vida adulta, se centra en los retos y problemas que el AM enfrenta: el deterioro de la salud y su aspecto físico. Como lo anota [5], “debe canalizarlos en otro tipo de actividades que lo llevan a redefinir sus relaciones con otras personas para desarrollar otros ajustes a nivel social y personal”.

Son muchos los aportes que los investigadores han dejado en torno al AM. El psicólogo freudiano [6] explica a través de su teoría del desarrollo humano o teoría psicosocial, una serie de facetas desarrolladas a partir de la infancia y hasta la senectud; anota que los progresos a través de cada estadio están determinados en parte por los éxitos o fracasos en estadios precedentes. Cada estadio tiene sus propias características, que [7] referencia así: "...primer estadio sensorio-motor, 0-18 meses; segundo estadio llamado estadio anal-muscular o de la niñez temprana, desde alrededor de los 18 meses hasta los 3-4 años de edad; el tercer estadio genital-locomotor o del juego que va desde los 3-4 años y hasta los 5-6 años; cuarto estadio de la latencia, comprendido entre los 6 y 12 años de edad del niño escolar; la adolescencia, empezando en la pubertad y finalizando alrededor de los 18-20 años, marca el quinto estadio; esta fue la etapa que más interesó a Erikson y los patrones observados en los chicos de esta edad constituyeron las bases a partir de la cuales el autor desarrollaría las otras etapas. Es una etapa para saber quiénes somos y cómo se encaja en el resto de la sociedad. El sexto estadio es el de la adultez joven, que dura entre 18 años hasta los 30 años, para llegar a la adultez media o séptimo estadio, período comprendido entre los 20 y pico y los 50 años. La última etapa la adultez tardía o madurez, llamada de forma más directa edad de la vejez, alrededor de los 60 años".

El psicólogo soviético [8] que, con su teoría cognoscitiva instrumental y sociocultural, marca el valor histórico-social y colectivo de los procesos psicológicos, enriquecida con las teorías europeas y americanas de la época. Esta teoría es apreciada como instrumental porque reconoce que todos los procesos superiores o complejos de la conducta humana tienen un carácter mediacional, ya sean los relacionados con el pensamiento, el lenguaje o la actividad motora; de esta manera, quien aprende utiliza tanto los estímulos del medio como sus estímulos o recursos internos que construye a lo largo de su desarrollo. Entre estos recursos se encuentran las estrategias para recordar y el uso del lenguaje interiorizado para dirigir la conducta, los cuales se comparan con los instrumentos que la persona emplea en su actividad diaria para resolver sus problemas.

También explica que es a través del aprendizaje social, con el intercambio social y la comunicación, que las estructuras de desarrollo se modifican, pues la comunicación es la función primaria del lenguaje; el lenguaje es una herramienta del pensamiento que ayuda a planear la solución de problemas y a regular la conducta; en el caso de esta investigación, se destaca el lenguaje musical en la mediación, bien sea en el canto, el baile, el ritmo, entre otros. En dicha teoría se destacan conceptos que permiten entender lo que es mediación: la zona de desarrollo próximo, nivel de desarrollo real y nivel de desarrollo potencial. El nivel de desarrollo real es la capacidad para resolver un problema en forma independiente, es decir, que el sujeto en un determinado momento puede ser capaz de realizar tareas y actividades, dar respuestas o solucionar problemas por sí mismo, sin ayuda de ningún tipo. Por ejemplo, cuando el adulto mayor entona, sin ayuda, una canción.

Por su parte, el nivel de desarrollo potencial se refiere a la capacidad para resolver un

problema bajo la mediación o guía de otros, es adonde se tiene la posibilidad de llegar si se le estimula cognitivamente; es decir, el educando puede alcanzar niveles jerárquicos más altos y complicados de conocimiento si cuenta con la ayuda de un adulto u otro compañero de mayor competencia cognitiva sobre ese aspecto. Por ejemplo, cuando se le pide al AM que lleve el ritmo de una melodía, acompañándose con un instrumento de percusión o con sus palmas, en este caso el mediador le puede pedir que escuche, que cambie de elemento percutor, que combine un instrumento y su percusión corporal, y lo invita a pensar sobre determinado aspecto.

El psicólogo [9] de origen judío nacido en Botosan, Rumania, posgraduado en psicología general y clínica, se acerca al conocimiento de los procesos cognitivos y todo lo que en torno a ellos sucede, a través de la teoría de la modificabilidad cognitiva, que está basada en el principio de la autoplaticidad cerebral; [10] expone que “esta posibilita el acomodamiento del individuo a los cambios y retos del mundo a través de los instrumentos que la teoría propone, pretendiendo que se modifiquen las funciones o estrategias cognitivas deficientes y se transforme la autopercepción”. Es decir, en el AM existe la posibilidad de activar funciones cognitivas, por medio de la mediación oportuna y planificada, y en este trabajo se recurre a la música para su logro.

En dicha teoría, las personas que rodean al AM son los baluartes más importantes en la transformación de estructuras cognitivas que se han ido deteriorando, por la interacción activa que se centra en la familia, el entorno y todas las actividades que lo posibiliten como persona activa. El AM debe por ello adaptarse al mundo que lo rodea y la modificabilidad cognitiva le permite que se acomode a los cambios y retos del mundo. La familia es la de mayor importancia y soporte, y, como mediadora, su intención será que el mediado vea, oiga, piense, focalice, seleccione y cree las condiciones para el aprendizaje, directo o mediado, basado en la intencionalidad, la trascendencia y el significado, para que transformen sus procesos de creación. La modificabilidad cognitiva procura transformar el aislamiento en interacción y equilibrio, en un proceso continuo de enriquecimiento mutuo y fortalecimiento del yo.

Dentro de los aspectos teóricos como fundamentos que refuerzan la investigación: la música como estrategia para la mediación de los procesos cognitivos del adulto mayor, se tiene:

La andragogía, que es la ciencia del adulto, se ocupa de la educación del ser humano que llega a la adultez, cuando ha alcanzado un desarrollo cognitivo, psicológico, sexual, tiene concepto de sí mismo y asume sus responsabilidades económicas y sociales. Asume que el AM se automotiva para el aprendizaje y se educa por voluntad propia, de ahí la importancia de considerar dicha definición en este estudio, que específicamente va dirigido al adulto mayor. Por su parte [11] sostiene que “la andragogía es la pedagogía adecuada para las condiciones del AM, donde lo importante son los métodos andragógicos”. Algunos la consideran como la pedagogía del adulto, como la disciplina que proporciona la oportunidad para que el adulto aprenda en función de mejorar su

calidad de vida, creatividad y oportunidad de realización.

El padre de la educación de adultos [12], opinaba que estos deben ser parte activa de su aprendizaje. Él define la andragogía como "...un conjunto de principios fundamentales sobre el aprendizaje de adultos que se aplica a todas las situaciones de tal aprendizaje"; pero aclara que su orientación es hacia la educación para adultos, no hacia el aprendizaje de adultos, por lo que se dirige al qué educar.

Por su parte, [13] resalta que la pedagogía y la andragogía, aunque se vinculan, tienen diferencias sustanciales. En primer lugar, señala que, en el modelo pedagógico, la relación entre los componentes es vertical y dependiente, que va del adulto al niño; en cambio, en el modelo andragógico es participativa y horizontal, en una dirección adulto-adulto. Asimismo, el centro del control y dirección del proceso pedagógico está en manos del pedagogo (maestro o profesor), con el énfasis del aprendizaje en el contenido programático esencial; en el proceso andragógico lo lleva el o los participantes, centrándose el aprendizaje en los procesos de aprender y en las fuentes de información. Por ello, es importante que, en todo momento, al activarse los procesos cognitivos cuando se realiza la mediación con la música de apoyo, se les dé oportunidad a los AM de involucrarse, opinar, en una interacción de igualdad entre mediador y mediado.

El control emocional: El concepto de inteligencia emocional (IE) fue acuñado por [14], quien, a partir de sus investigaciones, sostiene que es una facultad desarrollable, pues toda persona a cualquier edad posee habilidades para sentir, entender, controlar y modificar estados anímicos propios y ajenos, lo que es indicativo de que posee potencialidades de éxito o fracaso en el entorno; el autor asevera, cuando se refiere a la IE, que ella posibilita reunirse con otras personas en experiencias variadas, con las cuales se consolidan conocimientos y, al mismo tiempo, se puede elegir, entre diversas opciones, las que satisfagan las necesidades y expectativas.

De este modo, alrededor de la IE giran los sentimientos y el carácter, y se favorece una adecuada posición ética ante la vida, especialmente en cuanto al dominio de sí mismo y la compasión; comprende habilidades como el autoconocimiento, la automotivación, el autocontrol y las relaciones interpersonales, también llamadas habilidades sociales, que pueden ser desarrolladas por el AM. El autor también señala como habilidades emocionales al autoconocimiento, automotivación, autocontrol, relaciones interpersonales y empatía, estas habilidades emocionales las pueden desarrollar los AM a través de las actividades que realizan en el centro que fue escenario de esta investigación.

La activación de procesos cognitivos en el adulto mayor: La dimensión del envejecimiento asociada a la edad puede ser entendida en dos sentidos: la edad y lo que la sociedad impone. Según [15], señala: "...la edad permite comprender el envejecimiento y por el otro, la sociedad y sus reglas que imponen pautas de comportamiento y de conducta propias de dicho momento de la vida, configurando así la noción de vejez,

que varía según la posición de los sujetos en la estructura social, en especial en lo relativo al género y la clase social". De otro lado, es innegable que durante la vejez se produzcan cambios específicos referentes a la edad cronológica, social y biológica, y otros relacionados con la estructura social. Pero ante todo es un proceso social que se define por roles y funciones determinadas y, como lo afirma [16], "el mantenimiento de las personas mayores con buena calidad de vida, mejorando su bienestar y reduciendo la carga en cuidados, es uno de los mayores retos de la sociedad actual" (p. 107); de este modo, ante el incremento poblacional del AM se imponen nuevos retos de estudio y atención.

La Metacognición: es una alternativa viable en la formación de personas autónomas, que potencia la conciencia sobre los propios procesos cognitivos y la autorregulación de estos para un aprender a aprender, es decir, a autodirigir el aprendizaje y transferirlo a otros ámbitos de la vida. Entonces, en el proceso metacognitivo hay conciencia de la mayor dificultad para aprender un tema que otro, cuando se comprende que se debe verificar un fenómeno antes de aceptarlo como un hecho, cuando se piensa que es preciso examinar todas y cada una de las alternativas en una elección múltiple antes de decidir cuál es la mejor, cuando se advierte que se debería tomar nota de algo porque puede olvidarse. Cuando la persona conoce, ejerce un control de su proceso de conocer, que lo lleva a vigorizar lo que requiere y a descartar lo que para él no tiene importancia.

Música y activación de los procesos cognitivos: Muchas investigaciones apuntan a que la música no es solo un arte, sino que, tal y como lo señalan [17], "El procesamiento de la música tiene lugar mediante canales separados por un sistema multimodal para los elementos temporales (ritmo), melódicos (tono, timbre, melodía), memoria y respuesta emocional. El cerebro entrenado musicalmente experimenta particulares cambios en su anatomía y funcionalidad". Estos autores marcan la importancia de los efectos que tiene en el desarrollo de la inteligencia, por ejemplo, la música de Mozart, y consideran que el poder de la música sobre el ser humano es evidente. Por ello han surgido métodos para su utilización con fines educativos.

El efecto Mozart: Las investigaciones referidas al efecto de la música sobre el cerebro han coincidido en que esta provoca una activación de la corteza cerebral, específicamente en las zonas frontal y occipital, implicadas en el procesamiento espacio-temporal, y origina una actividad eléctrica cerebral relacionada directamente con el desarrollo de las ocho inteligencias. De acuerdo con [18], se denomina efecto Mozart a la propiedad de algunos tonos y ritmos de fortalecer la mente, vivificar la creatividad, activar emociones y sanar el cuerpo. El autor mencionado reporta investigaciones realizadas en la Universidad de California, las cuales concluyen que la relación entre la música y el razonamiento espacial es muy estrecha, incluso con el simple hecho de oírla. De hecho, uno de los investigadores sugirió que posiblemente la música de Mozart aviva el cerebro. La música compleja facilita ciertos comportamientos neuronales complejos que intervienen en las actividades cerebrales superiores, como las matemáticas y el ajedrez.

Metodología Kodály: involucra parámetros musicales importantes, su aporte, tanto práctica como pedagógicamente, es indiscutible; vincula el ritmo con la canción y con el cuerpo, trabaja mediante la música materna utilizando ritmos con valores repetidos y actividades de motricidad corporal. En cuanto al proceso auditivo-vocal, asocia inicialmente al desarrollo de una audición tímbrica, estimulada a partir de los sonidos del entorno, de la naturaleza y lógicamente de las canciones tradicionales, lo cual contribuye a un desarrollo vocal apropiado y de buen nivel, lo que posibilita aprender a escuchar y a cantar. Todo ello es importante dentro las actividades de mediación, porque se lleva al AM a través de la música a la realización de actividades en las que se activan procesos cognitivos.

Kodály le da la prioridad a la melodía, con respecto a los demás elementos de la música y a través de la canción involucra elementos rítmicos y armónicos básicos que juntos dan realce a la melodía en pro del entrenamiento auditivo y vocal. Este es un método inclusivo, porque la música pertenece a todos y vincula a los adultos mayores a la misma. Todos los seres humanos son musicales y cada uno la vive, la siente y la expresa a su manera, es así como la labor social que se pretende lograr es bastante enriquecedora; con el tiempo la música del cuerpo y de la voz se acaba, pero la del corazón y el alma será trascendental.

Materiales y métodos

La investigación, concebida como un procedimiento crítico, sistemático, reflexivo y controlado, posibilita descubrir nuevos datos, hechos, leyes o relaciones en cualquier campo del conocimiento. Visualizada desde lo cualitativo, estudia grupos pequeños en los cuales es posible la observación directa, y parte de la interacción personal. Intenta generar teoría a partir de los resultados obtenidos para describir las cualidades de un fenómeno y el encuentro con el acontecimiento a estudiar, y elaborará una aproximación teórica acerca de la mediación de los procesos cognitivos del AM a través de la música.

De acuerdo con [19], "...la investigación cualitativa tiene preferencia por la contextualización, de hacerla en su contexto para generar significados acordes a la conducta propia y la de los demás". La investigación se propuso obtener conocimientos y realizar los planteamientos teóricos que se caracterizan por ser dinámicos, flexibles y dialécticos, como lo anota [20], "...a fin de comprender los eventos más significativos desde la óptica de los propios protagonistas, con miras a explicitarlos y proponer formulaciones teóricas que representen en forma fidedigna dicha realidad". Se trata de una investigación enmarcada taxonómicamente en lo explicativo social, porque busca establecer las causas de los eventos, sucesos o fenómenos estudiados, explicando las condiciones en las que se manifiestan los hechos, el motivo del fenómeno y su relación con la interpretación y explicación.

La base epistemológica de este estudio se ubica en el enfoque epistemológico del interpretativismo, que emerge para el estudio de fenómenos y problemas sociales desde

las interpretaciones de la vida social, con una perspectiva histórica y cultural, y a partir de una ontología que plantea que el mundo de la vida se construye desde la capacidad de comunicación de los actores y de la condición dinámica de esos lazos comunicativos intersubjetivos. En esta investigación se interpreta la realidad que rodea al AM en cuanto a la atención que merece para mantenerse activo y vivir a plenitud, lo que en los centros de atención hay que considerar a través de la mediación que se debe brindar para que sus procesos cognitivos no se debiliten. En este sentido, se considera que la música en la mediación los fortalece y anima.

Se asume la etnometodología, como tipo y método de investigación. Se trata de una perspectiva sociológica que toma en cuenta aspectos cotidianos de los seres humanos conectados con su vida diaria. Desde esta perspectiva metodológica se realiza un acercamiento al conocimiento cotidiano, a las actividades prácticas efectuadas por un grupo de adultos mayores en su jornada diaria.

La investigación tiene como escenario el Hogar San Rafael, centro de atención del adulto mayor, privado, sin ánimo de lucro, de la ciudad de Bucaramanga, capital del departamento de Santander, ubicada en el nororiente colombiano, con aproximadamente 1.300.000 (millón trescientos mil) habitantes en el área metropolitana. Es considerada la quinta ciudad más importante del país.

Los integrantes del centro del adulto mayor son de estrato social uno; para el Departamento Nacional de Estadística Nacional, DANE (1971), estrato es "la clasificación de los inmuebles residenciales ubicados en zonas populares y el estrato uno alberga a los usuarios con menores recursos, los cuales son beneficiarios de subsidios en los servicios públicos". Estos AM pertenecen al llamado San Rafael y acuden solo en las tardes, para beneficiarse de los programas impartidos en la sede.

Los actores que intervienen en la investigación seleccionados de manera intencional son:

- Cuatro (4) adultos del Hogar Centro San Rafael, independientes en su movilización, con disposición de actuar como actores de la presente investigación. Identificados como AM1, AM2, AM3 y AM4.
- Dos (2) facilitadores de las actividades de los adultos mayores del Hogar Centro San Rafael, identificados como F1 y F2.
- Dos (2) expertos musicales, profesionales de la música, profesores en la academia de música de Bucaramanga, con trayectoria en el trabajo con adultos mayores. Identificados como EM1 y EM2.

Las técnicas e instrumentos utilizados fueron la entrevista, la observación y la técnica documental. Se realizaron cuatro (4) observaciones en el Hogar San Rafael, en fechas diferentes, señaladas por la letra O, seguida del número correspondiente a la observación; así, por ejemplo, O1 es la observación 1, en ellas se apreciaron las actividades de los

facilitadores con los AM, tanto las recreativas y culturales como las correspondientes a terapias de tipo psicomotor.

Se utilizó el instrumento guion de entrevista semiestructurada para entrevistar a los expertos musicales y conocer su postura al respecto. Igualmente, esta técnica se aplicó para la consecución del objetivo concreto "Indagar el valor que el AM le asigna a la música como elemento favorecedor de sus procesos cognitivos", por lo que se entrevistó a los cuatro AM seleccionados a través del instrumento guion de entrevista semiestructurada.

La técnica documental permitió complementar la consecución del objetivo concreto: analizar la pertinencia de la música para la mediación de los procesos cognitivos del adulto mayor.

La técnica empleada fue la codificación para la selección de unidades de significado, a través del análisis de contenido, para transitar en la codificación abierta, axial y selectiva. Asimismo, se usó la categorización como técnica en el agrupamiento informativo. A partir de este análisis inductivo de abstracción y comprensión, y para cada caso, las entrevistas a los adultos mayores, las entrevistas a los expertos musicales y las observaciones realizadas, se produjo un sistema emergente de categorías.

Se estableció la validez del instrumento, la cual hace referencia al grado de congruencia entre el contenido y el objetivo planteado. se recurrió a dos (2) profesionales, con título de doctorado y experiencia en el área temática y metodológica, quienes aportaron a la optimización de los instrumentos. Para ello, se procesó el protocolo de validación de consistencia interna, que contenía una tabla de verificación de la coherencia, la cohesión y la pertinencia con los objetivos planteados. La evidencia de la validez se produjo al correlacionar las respuestas de los participantes, asociándolas y relacionándolas por medio de chequeo, contacto con la experiencia directa, observación y realización de diversas formas de entrevista y apoyo de distintos informantes, así como al describir y discutir completamente si los procedimientos adoptados para recolectar la información son eficaces o no.

Para el análisis se utilizó el método de la teoría fundamentada, según [21]. Los datos recogidos fueron producto de las entrevistas a profundidad a cuatro (4) AM del Hogar San Rafael y a dos (2) EM; también los datos se produjeron en las observaciones realizadas por las investigadoras, al referido centro, en las cuales en tres oportunidades pudo observar el trabajo de cada uno de los facilitadores con los AM.

Resultados y discusión

Una vez analizados los resultados obtenidos e interpretados bajo una comprensión de tipo hermenéutica, para poder captar el sentido y la intencionalidad de las palabras

de los entrevistados y las apreciaciones de las investigadoras que subyacen en las observaciones, se pudo constatar que las categorías emergentes son válidas. Sin embargo, al fijar la mirada detenidamente en ellas y volver a su significado, se comprueba que entre ellas hay vinculaciones, que, en lo conceptual, no desvirtúan su significación, por ello, se fusionaron para la elaboración de la aproximación teórica acerca de la música como estrategia para la mediación de los procesos cognitivos del Adulto Mayor. Las categorías emergentes fueron las siguientes: La música como incentivo de vida; Procesos cognitivos y emociones y sentimientos; La Música como experiencia de vida; Música en la promoción de procesos cognitivos; Procesos metacognitivos; La Música favorecedora de los procesos afectivos; Actividades musicales para promover los procesos del pensamiento; Docente promotor de procesos cognitivos.

Aceptada la música como capaz de producir cambios en el ser humano en todas las áreas (biológica, fisiológica, intelectual, social, espiritual), se puede afirmar que es en este hecho precisamente donde reside el valor terapéutico de la música y que los principales efectos sobre la persona se centran en tres áreas fundamentales, la fisiológica, psicológica e intelectual, cuando se las integra y se trabaja desde estas ópticas, se puede hablar de un gran efecto social. Así se observa que las intervenciones musicales que se desarrollan con el AM dejan entrever efectos fisiológicos: en torno al desarrollo del sentido del oído, del ritmo cardíaco, el pulso, la respiración, el incremento de la actividad muscular. Asimismo, efectos psicológicos, pues través de la música se facilitan los fenómenos de catarsis, donde se liberan los afectos y la sublimación, que posibilita el centrarse en otros objetivos para suplir esos dolores o angustias.

Por consiguiente, la música estimula y aumenta la energía corporal e incita las emociones, lleva a evocar, despertar, provocar, fortalecer y desarrollar emociones o sentimientos que se expresan con miedo, odio, amor, alegría, ternura, desesperación, angustia, misterio, según el momento que atraviesa el AM. También ayuda a desarrollar la capacidad de atención sostenida, por su inmediatez, persistencia y constante variedad, facilitando volver a la realidad, así como estimulando la imaginación, la capacidad creadora y la reflexión. Asimismo, la música posibilita una experiencia de relación con los demás, ofreciendo los medios para expresarse de manera sociable, orientando la conducta hacia los otros, fomentando la comunicación verbal y no-verbal, permitiendo la cooperación y la competición sana, facilitando el aprendizaje de habilidades sociales, proporcionando entretenimiento y diversión, porque le permite relacionarse consigo mismo, con los otros y con el mundo.

Si bien la musicoterapia es una disciplina científica que estudia e investiga la relación del ser humano con el sonido, la música, y el ritmo, también es cierto, que desde su esencia aprovecha una serie de recursos expresivos como son el sonido, el silencio, la palabra, la voz, el ruido, los gestos y los movimientos corporales para configurar una estructura integrada de expresión. Con la música se calma el nivel de ansiedad; por tanto, acciones como cantar, bailar, o hablar, provocan en el AM un incremento de la energía que se

traduce en un incremento en el nivel de la excitación.

La música y los procesos cognitivos y metacognitivos: Es importante señalar que múltiples investigaciones han demostrado que la actividad cognitiva en el adulto mayor entra en deterioro degenerativo; los profesionales de este sector orientan sus planteamientos educativos para que ese músculo cerebral sea aprovechado al máximo, gracias a la utilización de las experiencias pasadas. En este proceso entran en juego la captación de las necesidades de los mayores para vivir de acuerdo con su ritmo, sus necesidades, sus intereses y experiencias; por ello se precisa la necesidad de emprender procesos educativos y terapéuticos desde la interpretación de las potencialidades reales que caracterizan el hecho de envejecer, apartando la percepción de que la de maduración, envuelve siempre lo negativo.

En virtud de esto, las personas mayores deben ser tratadas de una forma activa y participativa, que les posibilite recordar lo vivido y experimentado, y, además, que los procesos implementados los vinculen de manera abierta, colaborativa e inclusiva para reforzar esos conocimientos que el tiempo ha empezado a diezmar. Es verdad que durante siglos la música ha sido utilizada como terapia y medio de relajación corporal y mental; Platón no consideraba adecuada la interpretación musical si esta perseguía el gozo por el gozo, pero sí hizo ciertas referencias al poder educativo controlador del comportamiento de esta. Es precisamente esto lo que ha llevado a considerar la gran importancia y repercusión de la actividad musical como modificadora de conductas y aspectos que merman la actividad personal y social del adulto mayor, que debe reintegrarse en una sociedad en la que todos se reinventan y reaprenden constantemente.

A través de la música, los AM pueden evocar experiencias de su infancia y juventud, mejorar su estado de ánimo, despojarse de sus duelos, temores y frustraciones; asimismo, fomentan sus relaciones interpersonales; disminuyen y alivian su ansiedad y sus estados depresivos, pero, sobre todo, descubren los beneficios que les proporciona haber llegado a esta edad, pues, a pesar de los años, hay habilidades y conocimientos que aún puede adquirir, recuperar o recordar. La música como mediadora de los procesos cognitivos permite al AM activar su memoria, recordar sus momentos de vida y reactivar positivamente procesos que han quedado en el olvido, aprender nuevas cosas, concentrarse, atender, crear, tomar decisiones, inferir; es decir, activar sus funciones de pensamiento.

Es indudable que la música y su mediación en las actividades con el AM retrasa el deterioro de las facultades física, psicológicas y mentales, y propicia la resocialización del AM marginado, porque al estar inmerso en actividades musicales se relaciona con personas de su misma generación, se recupera psicológicamente y aumenta su autoestima, puede descubrir que hay habilidades y conocimientos que aún puede adquirir, recuperar o recordar. Entonces, se puede afirmar que la música considerada como vehículo mediador, genera un proceso constructivo con el cual se ayuda al AM a mejorar, mantener o restaurar un estado de bienestar, utilizando como fuerza dinámica

de cambio experiencias musicales y las relaciones que se pueden alcanzar a través de ésta.

Al relacionar las categorías antes expuestas se originaron otras que las abarcan, incluyen y vinculan en su esencia, que se han denominado categorías teóricas.

La Música como Experiencia e Incentivo en la Vida del Adulto Mayor: La música se constituye en una experiencia que acompaña a la persona en su devenir, la identifica con su entorno, su trabajo, su vida y su cotidianidad; con la música el hombre vive y expresa sentimientos, pensamientos y acciones, brotan en él las ganas de vivir. De ahí, que desde los centros de AM se debe considerar que el ser está en sintonía con lo espiritual, lo social, lo profesional, familiar e intelectual para poder lograr la producción y construcción del conocimiento; pues el ser tiene que ver con la esencia de la persona, su afectividad, sus aptitudes, su emocionalidad, su trascendencia está enfocada en la intuición, la imaginación sensibilidad y meditación. Todo ello está en función de dar respuesta a necesidades individuales y colectivas; lo cual no es ajeno al AM pues desde su edad, pone de manifiesto su Ser en las relaciones e interacciones que establece con su medio inmediato, como es el hogar, extendido, hacia la institución donde acude diariamente y su comunidad.

La música es un arte que fortalece lo físico, emocional y cognitivo, por lo que es oportuna para incentivar a los AM en su razón de vivir. Por tanto, proporciona bienestar físico y espiritual, y aleja la presunción de que su edad es una carga, y la reafirma como experiencia de vida. Quiere decir que la música cuando se incorpora a la mediación contribuye a dar sentido a la vida, por lo que es importante que el centro sea un lugar donde los AM se sientan alegres, canten, porque eso les da bienestar espiritual y mental. La mediación tiene un carácter afectivo, que influye en lo emocional, por eso deben seleccionarse bien los recursos y organizar el ambiente.

De tal manera, los centros de atención al AM deben desprenderse de la connotación de asilos de ancianos, para dar paso a la mediación, con actividades productivas y amenas, que permitan el disfrute de la música en toda su extensión, que produzcan alegría y alejen la preocupaciones, que ofrezcan oportunidad para aprender y construir saberes nuevos, socializar, sentir que su vida tiene propósito, que las debilidades se van mejorando y que lo vivido es una experiencia imborrable, porque deja huella. Todo esto puede lograrse con la música, pues con y por medio de ella, hay mejoramiento del estado de bienestar de AM, por cuanto, los lenguajes expresivo y receptivo contribuyen a potenciar sus capacidades.

La Música para Incentivar Procesos Cognitivos y Metacognitivos en el AM: Las experiencias musicales son las que viabilizan al AM para encauzar sus necesidades, representadas en sus estados de salud, pues la música, con todo su potencial creativo y educativo, contribuye a minimizar esos efectos negativos propios del proceso de envejecimiento. Los sentimientos de los adultos mayores mejoran significativamente

por efecto de la música; asimismo, por efecto de la música se activan las funciones cognitivas para aprender, se mejora la memoria, las capacidades para la adquisición de nuevos saberes y en general, todos los procesos implícitos en la cognición y en la metacognición.

Ahora bien, la música por sí sola puede despertar en el AM recuerdos y sentimientos, pero es necesario que se entienda, que es imprescindible la presencia de un mediador que pueda ayudar al AM a adquirir nuevos conocimientos, o a reforzar los que se tiene. La música bien seleccionada, puede conducir a la activación de los procesos de pensamiento y la memoria, de ahí la importancia de disponer de la música adecuada. En este sentido, para poner al cerebro en condiciones de funcionamiento óptimo y total, es necesaria la música compuesta en una pulsación rítmica entre 40 y 60 ciclos por minuto, pues ella produce las ondas alfa en el cerebro, lo que el aprendizaje, brinda un estado de conciencia propicio de tranquilidad mental, que nos conecta con la vibración universal. Ante esto, las investigadoras valoran las experiencias vivenciales con música, la fuente más rica de aprendizaje, es por ello que, se hace necesaria la mediación adecuada.

En tal sentido, para que la mediación a través de la música sea productiva, precisa que haya una conexión afectiva con buen trato y comprensión entre el mediador, que en ese caso es el docente del centro, y el AM mediado, de lo contrario puede producirse rechazo. Es conveniente que antes de la mediación, se ponga la música seleccionada y se empiece con respiraciones de oxigenación, teniendo fondo musical, de ritmo lento, a bajo volumen, en compás 4/4 o 3/4, instrumental (guitarra, violín, arpa, flauta, clavecín). En la música de Vivaldi hay variedad de ella. La buena respiración mejora la circulación cerebral, carga de oxígeno a la sangre que circula por nuestro organismo, coloca en mejores condiciones físicas a los músculos, y ayuda a la concentración y a la atención. También, en la mediación, el docente debe partir de los saberes y experiencias que poseen los AM, hacerles preguntas que inquieten su pensamiento y que puedan responder a través de diversos procesos, como, por ejemplo, preguntar: ¿Cómo es? para que observe y describa, o ¿Qué es? para que defina; también puede preguntarse ¿Qué puede suceder si...? ¿Por qué sucedió? Con lo cual se activa la inferencia, ¿en qué se parecen y en qué no? Para que establezcan semejanzas y diferencias. Estos ejemplos deben conducir a la promoción de los diferentes procesos de pensamiento, pero al lado de ello, también en la mediación, debe procurarse incentivar procesos metacognitivos, que subyacen en el acto de conocer, como sería reflexionar sobre algo, revisar lo que se sabe, autoevaluarse.

Entonces, la música en la mediación de las actividades con el AM combate el debilitamiento de las condiciones intelectuales del AM porque al estar inmerso en actividades musicales se vincula con personas de su misma generación, y aprecia que existen habilidades y conocimientos que aún puede construir. Por ello se considera a la música, en la mediación de los procesos cognitivos del adulto mayor.

La Música para el Desarrollo Emocional y Afectivo del Adulto Mayor: Es indudable que el

tiempo causa debilitamiento de funciones en las personas, sobre todo las que disminuyen sus actividades físicas, intelectuales y sociales; es decir, hay cierto desmejoramiento de habilidades motoras, por eso la música juega un papel preponderante como herramienta mediadora; también en el AM hay poca autoestima, pues se siente relegado, con menos competencias para emprender nuevas cosas; hay asimismo apatía, ganas de no hacer; sin embargo, se aprecia que con la música, se reviven condiciones en el AM, se mejora en ellos el concepto que cada quien ha formado de sí mismo, pues al poder bailar, compartir, cantar, ayudarse entre ellos, aprecian que pueden. De ahí la importancia que se les ofrezcan oportunidades para realizar actividades en las que sientan que se les da importancia por el papel que deben cumplir en ellas, permitirles opinar, tomar sus propias decisiones, involucrarlos en planificaciones, en actividades donde cada uno tenga una responsabilidad, para ayudarlos en la valoración de sí mismos, al sentirse competentes para hacer cosas y sentir la satisfacción personal, de haber podido, lo cual los lleva a sentirse bien consigo mismo.

Es importante considerar que, a estos centros de atención, el AM asiste de manera espontánea, lo que hace inferir que está en busca de compañía, que necesita socializar, que quizás en su casa no tiene espacios para estar en compañía de otros, bien porque vive solo, o que por razones de que su familia debe trabajar, a eso se unen las dolencias propias de la edad. De ahí la importancia de que en el centro encuentre múltiples oportunidades para estar bien, compartir, aprender, sentirse útil y socializar, todo lo cual se puede lograr con la música, porque ella es fuente de vida.

Hoy, hay que aceptar que el paso del tiempo no debe ser un elemento, en la disminución de los procesos cognitivos, pues cuando el cerebro se mantiene activo, se puede continuar aprendiendo y asumiendo los desafíos que la vida ofrece. Por ello, la vía para alargar la vida sana, independiente y con bienestar es por medio de la activación del cerebro, acompañado de la actividad física, la nutrición, el sueño, la vida social y las actividades creativas y recreativas; apoyadas con la música quien es una buena aliada en los procesos de fortalecimiento de las habilidades cognitivas en el adulto mayor.

Por tanto, se considera que la aproximación teórica acerca de la música en la mediación de los procesos cognitivos del Adulto Mayor, que se generó en este estudio, bajo un enfoque integral, va a ayudar al personal que ejerce funciones en estos centros, pues a partir de sus propias percepciones, les va a permitir consustanciarse con el hacer, para comprender la necesidad de las acciones planificadas para atender de manera multidisciplinaria al AM.

En definitiva, se puede afirmar la necesidad de presentar la construcción teórica, por cuanto, cuando el adulto mayor está en contacto con la música, se despiertan sus deseos de vivir, se anima a estar con los demás en situaciones afectivas, le gusta moverse y experimentar nuevas sensaciones, todo lo cual es importantes para activar sus funciones de pensamiento, que lo conducen a conocer y aprender.

Todo lo anterior lleva a las investigadoras a sostener que la música es importante en la vida del AM, cuando se utiliza de manera consciente y planificada potencia el pensamiento, con lo cual podrá aprender y conocer mejor, pues ejercitará sus estructuras mentales, que a veces están debilitadas, flexibilizará sus funciones cognitivas que por razones de la edad se han visto estancadas y hasta lesionadas por cuestiones de salud a consecuencia de los diferentes momentos transitados en su ciclo vital; de tal manera, los AM pueden continuar aprendiendo y conociendo, cuando son estimulados para hacerlo, con ello, incentivan todo su cerebro, tanto el hemisferio cerebral derecho, como el izquierdo, de esta forma, las experiencias musicales, les facilitará una mejor calidad de vida.

Sin embargo, lo anterior solo será posible en los centros de atención al AM, si se entiende que hay que transformar la acción asistencial que generalmente se ofrece, aun cuando en algunos se realizan terapias de tipo motor, para que en una acción conjunta de diferentes profesionales, se les brinde una atención de tipo integral, que incluya lo afectivo, motor, psicológico y naturalmente, lo cognitivo; solo así se podrá ofrecerles una atención que les de bienestar y les permita continuar con una vida digna, plena de afecto, paz y logros personales.

Conclusiones

Realizada la aproximación teórica, a partir del análisis e interpretación reflexiva de los hallazgos, se pueden plantear consideraciones generales, en torno al trabajo investigativo transitado. La primera lleva a apreciar que los AM, expertos musicales y profesores consultados, en su mayoría se sienten identificados con la música y la perciben como experiencia e incentivo de vida; sin embargo, a pesar de esto, la emplean más para estimular la memoria y la atención, y dejan de lado las demás funciones cognitivas; cuando lo deseable es desplegar una mediación en la que la música sirva para potenciar las funciones de pensamiento, que los AM deben activar, más aún cuando en muchos casos son funciones que por razones de edad se han ido adormeciendo.

Se pudo apreciar que las concepciones de los expertos musicales, con respecto a la estimulación de los procesos por medio de la mediación musical, son en su mayoría de corte tradicional: el docente dirige y el AM cumple con las instrucciones dadas. Sin embargo, es interesante apreciar que ellos dan importancia a la música para activar procesos cognitivos y metacognitivos, aunque en la facilitación que realizan en el centro, no la incluyan en la promoción de los procesos de pensamiento, sino más bien como de fondo en las realizaciones de las terapias, o para que los AM realicen movimientos rítmicos al bailar o para la entonación de canciones, que si bien es cierto, a través del baile y del canto, se activan funciones cognitivas, sociales, emocionales afectivas y psicomotrices, no es esa su intencionalidad cuando se incluyen como actividad en el centro de atención al AM en el que se llevó a cabo la investigación.

También se desprende del análisis e interpretación de lo encontrado que los participantes, como informantes clave en este estudio, aprecian que la música debe utilizarse como

terapia para los AM y para que pasen un espacio recreativo, orientado a movimientos corporales, ritmo, distracción y remembranzas y de socialización en el centro, por lo que su uso en la mediación de procesos cognitivos es poco frecuente.

Se destaca en los facilitadores su gran identificación con la música y por ello, suelen usarla a diario en el centro para deleitar a los AM, quienes, por su parte, también sienten gran satisfacción cuando la escuchan, bailan o cantan, provocándoles añoranzas, recuerdos de su vida pasada y nostalgias.

Se reconoce entonces que, la utilización de la música en la mediación de las funciones cognitivas del AM es débil en el centro observado; asimismo hay tendencia a lo tradicional, al verbalismo, para lograr que los AM realicen lo que se les indica, esto es más aceptable cuando se trata de las terapias individuales, porque es necesaria la ejercitación para superar las dificultades de tipo motor, pero no en el profesor, quien debe apreciar la importancia de la no directividad. Por eso hay prácticas erradas, en las cuales se coloca a los AM en condición de oyentes, repetidores, en actitud de pasividad para reproducir lo indicado.

En el análisis realizado se puso de manifiesto que, en lo referente a las funciones cognitivas, hay cierta confusión en los docentes consultados; en sus expresiones hay divagaciones y énfasis en la atención y memorización, sin dar mucha importancia a los demás procesos cognitivos y metacognitivos. Esto manifiesta una práctica pedagógica tradicional, que tiene al docente como protagonista, pues es quien enseña lo que considera conveniente que se aprenda, a través de dirigir, dando instrucciones, sin tomar en cuenta los intereses y necesidades de los AM; esto se evidenció en la organización del acto cultural, en el cual los AM debían bailar, siguiendo las directrices generales de los docentes.

Lo anterior es preocupante, porque mientras los facilitadores no comprendan el proceso a través del cual se desarrollan los procesos cognitivos y las características de cada uno de los AM que atienden, no podrán respetar la evolución natural, debido a la edad por la cual toda persona transita, con ello se podrán producir alteraciones y vulnerar el proceso, con exigencias que el AM no podrá satisfacer, porque no está en condiciones de hacerlo.

Igualmente, se evidencia que la música en la mediación de procesos cognitivos no es una actividad usual por parte de los facilitadores, en el centro observado, pues como se ha señalado anteriormente, se utiliza con fines de distracción, para cantar, bailar y para los actos culturales, cuando lo conveniente es que se utilice para la activación de procesos que el AM ha ido desgastando a través de su larga vida. En este sentido, se debe disponer de materiales y recursos, así como del apoyo de profesionales especialistas tales como geriatras y psicólogos; es conveniente que a los docentes se les ofrezcan orientaciones y actividades formativas como talleres, charlas, seminarios y otros eventos sobre la importancia de la música para fortalecer las funciones de pensamiento. Es así como las investigadoras, en aras de mejorar la situación encontrada, ofrecen una aproximación

teórica acerca de la música en la mediación de los procesos cognitivos del Adulto Mayor, la cual se constituye en un aporte, para los docentes y terapeutas del centro de atención al adulto mayor, que fue escenario de este trabajo

Referencias

- [1] A. Botía and E. Camila, "Características de las funciones cognitivas en los adultos mayores," Bogotá, Colombia: Fundación Universitaria Sanitas, 2015.
- [2] R. Havighurst, "Havighurst's Developmental Tasks Theory", *Psychology Notes HQ*, 2017.
- [3] A. Bastos, "Mejorando la calidad de servicios para el adulto mayor: una aproximación constructivista", Chile: Universidad de Chile, 2009.
- [4] R. C. Peck, Psychological developments in the second half of life. En B.L. Neugarten (Ed.), *Middle age and aging*. Chicago: University of Chicago Press, 1968.
- [5] E. Erikson, "El ciclo vital completado", 2a. ed. Barcelona: Paidós, 2000.
- [6] N. Bordiñon, "El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto", *Revista Lasallista de Investigación*, vol. 2, núm. 2, pp. 50-63, 2005.
- [7] L. S. Vygotsky, El desarrollo de los procesos psicológicos superiores, Barcelona. España: Editorial Crítica, Grupo Editorial Grijalbo, 1987.
- [8] R. Feuerstein, Programa de Enriquecimiento Instrumental, Madrid: Bruño, 1990.
- [9] E. Velarde, "La Teoría de la Modificabilidad Estructural Cognitiva de Reuven Feuerstein", *Investigación Educativa*, vol. 12, no. 22, 2008.
- [10] B. M. G. Veytia, "Estrategias andragógicas para estudiantes de posgrado a partir de procesos de mediación tecnológica", *Revista científico-pedagógica Atenas*, vol. 3, no. 31, pp. 45-54, julio-septiembre, 2015.
- [11] M. Knowles, *Andragogía*, México: Oxford, 2006.
- [12] F. Adam, *Andragogía y Educación Universitaria*, Caracas: Federación Interamericana de Educación de Adultos, 1987.
- [13] D. Goleman, *La Inteligencia Emocional. Por qué es más importante que el cociente*

intelectual, Buenos Aires: Trillas, 2002.

- [15] K. Daza, "Vejez y Envejecimiento," Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, enero 2011. [En línea]. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/86442423.pdf>.
- [16] M. Parra, Envejecimiento activo y calidad de vida: *Análisis de la actividad física y satisfacción vital en personas mayores de 60 años*. Universitas Elche, España, 2017.
- [17] N. Custodio and M. Cano, *Efectos de la música sobre las funciones cognitivas*. Lima, Perú: Instituto Peruano de Neurociencias, 2017.
- [18] D. Campbell and J. Stanley, *Diseños experimentales y cuasi-experimentales en la investigación social*, Buenos Aires, 1995.
- [19] G. Briones, *Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales*, Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior (ICFES), Bogotá, Colombia, 2001.
- [20] C. Sandoval, *La investigación en la enseñanza II: métodos cualitativos y de observación*, Barcelona, España: Paidós, 1997.
- [21] A. Strauss and J. Corbin, *Bases de la Investigación Cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la Teoría Fundamentada*, Antioquia: Universidad de Antioquia, Colombia, 2002.